

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF  
DALAM MEMBELI PRODUK FASHION  
PADA MAHASISWA BK UNIB**

Eka Yati, Yessy Elita, Vira Afriyati  
 Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Universitas Bengkulu  
[ekayatimangunkarsa@gmail.com](mailto:ekayatimangunkarsa@gmail.com), [yessyelita@unib.ac.id](mailto:yessyelita@unib.ac.id), [vira\\_afriyati@unib.ac.id](mailto:vira_afriyati@unib.ac.id)

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan tingkat perilaku konsumtif membeli produk *fashion* sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Bengkulu. Metode sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria tertentu. Data dianalisis menggunakan uji *wilcoxon* dengan signifikansi 0.05. Hasil *pre-test* dan *post-test* dengan uji *wilcoxon* menunjukkan  $p < 0,05$ . Ini berarti terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku terhadap tingkat perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion*.

**Kata kunci :** perilaku konsumtif, layanan konseling kelompok, teknik kontrak perilaku

**INFLUENCE OF GROUP COUNSELING SERVICES WITH TECHNIQUE OF  
BEHAVIOR CONTRACT TO REDUCE CONSUMPTIVE BEHAVIOR OF BUYING  
FASHION PRODUCTS**

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to describe the level of consumptive behavior of buying fashion products before and after being given group counseling with technique of behavior contract. This research is an experimental research with one-group pretest-posttest research design. The population of this research is students of guidance and counseling Bengkulu University. The sample of the research is specified by purpose sampling with specific criteria. Data were analyzed using Wilcoxon with significance 0.05. Result of pre-test and post-test with Wilcoxon shows  $p < 0,05$ . It is concluded that group counseling service with technique of behavior contract take effect to level of consumptive behavior buying fashion product.

**Keywords:** consumptive behavior, group counseling service, technique of behavior contract

## Pendahuluan

Menurut Hurlock (2004: 208) masa remaja merupakan masa peralihan dan pencarian jati diri remaja mengalami proses pembentukan dalam perilakunya, dimana para remaja mencari dan berusaha untuk mencapai pola diri yang ideal (Hurlock, 2000: 208). Seseorang remaja akan cenderung untuk terlibat dalam pertemanan sebaya sebagai kelompok sosial dalam pencarian identitasnya. Definisi remaja menurut Sarlito (2004 : 14) untuk masyarakat Indonesia dapat menggunakan batasan usia 11-24 tahun. Mahasiswa merupakan bagian dari remaja apabila disesuaikan dengan pernyataan Sarlito mengenai batasan usia remaja. Dalam pencarian identitasnya mahasiswa akan mengikuti sesuatu yang sedang tren, salah satunya adalah tren *fashion*.

Hemphill dan Suk (dalam Hidayah, 2015) menjelaskan bahwa *fashion* merupakan alasan terbesar yang menjadikan individu itu menjadi konsumtif atau cenderung menghasbiskan uangnya demi mengkonsumsi barang-barang yang diinginkannya, sehingga perilaku konsumtif ini cenderung pula mengikuti tren *fashion*, gaya hidup dan menyebabkan individu menjadi mengonsumsi barang atau produk secara berlebihan”. Perilaku tersebut dinamakan perilaku konsumtif.

Perilaku konsumtif menurut Ningrum (2011:3) yaitu perilaku berkonsumsi secara berlebihan tanpa didasari kebutuhan, lebih mengedepankan orientasi keinginan dan hasrat sesaat. Membeli barang hanya karena alasan modelnya unik, warnanya menarik tanpa melihat dari segi kegunaanya. Saat barang yang digunakan masih bisa berguna akan tetapi produk keluaran terbaru keluar, maka mahasiswa cenderung membeli untuk mengikuti tren terbaru. Kecenderungan perilaku konsumtif ini juga dilakukan oleh orang-orang yang kekuatan finansialnya tidak memadai (Hidayah, 2015:5). Bahkan demi mendapatkan produk terbaru, mereka sampai berhutang. Karakteristik tersebut jelas menggambarkan bagaimana konsumtifnya masyarakat Indonesia.

Fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa tingkat perilaku konsumtif mahasiswa BK UNIB tergolong tinggi. Hal ini terjadi pada beberapa mahasiswa yang membeli barang-barang *fashion* secara berlebihan tanpa mempertimbangkan nilai guna dari barang tersebut, ada pula mahasiswa yang rela melakukan berbagai cara untuk dapat memenuhi keinginannya untuk membeli barang-barang *fashion*, misalnya dengan berhutang. Pada saat hutang ditagih, mahasiswa tersebut mencari berbagai alasan untuk dapat diberi waktu untuk melunasi. Tidak sedikit pula karena hutang-piutang demi membeli produk *fashion* bisa menyebabkan hubungan pertemanan menjadi renggang.

Perilaku konsumtif dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dipandang tepat dalam membantu mahasiswa untuk mengurangi perilaku konsumtif dan akan tetap konsisten meskipun konseling sudah tidak diberikan. Prayitno (2013: 311) menjelaskan bahwa proses pengentasan masalah individu dalam konseling kelompok mendapatkan dimensi yang lebih luas. Pada layanan konseling kelompok mahasiswa dituntut untuk mampu menyampaikan pendapat, saran ataupun ide demi membantu terentaskannya masalah yang dihadapi anggota dalam kelompok.

Layanan konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi bagi mahasiswa untuk membuat perubahan sikap dan perilaku dengan memanfaatkan potensi dalam dirinya secara optimal. Adapun salah satu teknik yang dapat dipakai dalam layanan konseling perorangan adalah dengan teknik kontrak perilaku. Adapun alasan pemilihan teknik kontrak perilaku adalah kekuatan utama dari teknik ini yaitu menuntut seseorang untuk konsisten terhadap perilaku baru yang akan dibentuk. Melalui layanan konseling kelompok yang menggunakan dinamika kelompok yang intensif diharapkan dapat menurunkan perilaku konsumtif mahasiswa BK Universitas Bengkulu.

### **Metode Penelitian**

Prosedur pengambilan subjek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Zuriah (2009:141), teknik *purposive sampling* ini berorientasi kepada pemilihan sampel di mana populasi dan tujuan yang spesifik dari penelitian, diketahui oleh peneliti sejak awal. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 8 mahasiswa BK UNIB yang memiliki tingkat perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion* yang tinggi.

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian dimana ada perlakuan terhadap variabel dependen (dalam Smith, 2011:29). Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi BK UNIB, pada tanggal 12 Mei - 12 Juni 2018. Sample dalam penelitian ini adalah 8 orang mahasiswa BK. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest* dan *posttest*.

*Pretest* dilakukan untuk mengumpulkan data tentang perilaku konsumtif mahasiswa dalam membeli produk *fashion* sebelum diberikan *treatmen*. Pelaksanaannya dilakukan dengan menggunakan angket sedangkan wawancara dan observasi adalah penunjang. *Posttest* dilakukan untuk mengumpulkan data tentang perilaku konsumtif mahasiswa dalam membeli produk *fashion* setelah diberikan *treatmen*. Adapun cara pengumpulan data sama dengan apa yang dilakukan sebelumnya pada *pretest*.

Proses eksperimen dalam penelitian ini terdiri dari satu perlakuan yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Pada tahap awal, mahasiswa diajak untuk mempersiapkan diri. Selanjutnya mahasiswa diajak untuk melaksanakan konseling kelompok. Pada tahap evaluasi mahasiswa diajak untuk mengemukakan pendapatnya terkait permasalahan yang dibahas untuk mengetahui tingkat perilaku konsumtif mahasiswa dalam membeli produk *fashion*. Pada tahap akhir, mahasiswa diajak untuk menyimpulkan perkembangan kontrak perilaku terkait dengan tingkat perilaku konsumtif masing masing mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran perilaku konsumtif untuk mengumpulkan data tentang tingkat perilaku konsumtif mahasiswa dalam membeli produk *fashion*. Instrumen ini dibuat berdasarkan dua aspek perilaku konsumtif, yaitu mengonsumsi suatu produk secara berlebihan dan mengonsumsi produk hanya untuk mencapai kepuasan semata.

Pengujian validitas menggunakan korelasi person dengan cara membandingkan  $r$  hitung (*pearson correlation*) dengan  $r$  tabel. Subjek uji coba terdiri dari 35 orang mahasiswa BK UNIB. Jika nilai positif dan  $r$  hitung  $\geq r$  tabel, maka item dapat dinyatakan valid dan sebaliknya jika  $r$  hitung  $< r$  tabel, maka item dinyatakan tidak valid.  $R$  tabel dicari pada signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi dan  $N=35/df= 13$ , maka didapat nilai  $r$  tabel adalah 0,361. Berdasarkan angka korelasi tersebut disimpulkan bahwa 35 item valid untuk mengukur perilaku konsumtif mahasiswa. Butir yang valid diuji reliabilitasnya dengan menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*. Angka reliabilitasnya baik, yaitu 0,944.

Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku bertujuan untuk mengurangi perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion*. Pemberian *treatment* dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan dan setiap mahasiswa membuat satu kontrak masing-masingnya. Untuk menguji hipotesis, data-data yang terkumpul akan dianalisis secara statistik melalui *uji z*.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil data penelitian untuk pengukuran diperoleh data mean 127, standar deviasi sebesar 17, dengan skor minimum 94 dan maksimum 146. Pengukuran menggunakan 5

kategori. Kategori tersebut adalah sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategori perilaku konsumtif ditentukan berdasarkan skor total subjek pada pengukuran dengan menggunakan instrumen perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion*. Adapun penurunan skor, yaitu:

**Tabel 1**  
**Penurunan Skor Mahasiswa**

<b>Responden</b>	<b>Pre-test</b>	<b>Kategori</b>	<b>Post-test</b>	<b>Kategori</b>	<b>Penurunan</b>
AS	94	Sedang	64	Rendah	30
RW	146	Tinggi	112	Sedang	34
JH	143	Tinggi	72	Rendah	71
DL	132	Tinggi	82	Rendah	50
NK	127	Tinggi	86	Rendah	41
RS	135	Tinggi	94	Sedang	41
<b>Rata-rata</b>	<b>127,5</b>	<b>Tinggi</b>	<b>85</b>	<b>Rendah</b>	<b>44,5</b>

Hasil analisis deskriptif melalui Tabel 1.1 penurunan skor mahasiswa menunjukkan penurunan skor pada *pretest* dan *posttest* mahasiswa. Nilai rata-rata *pretest* 127,5 dengan kategori tinggi, terjadi penurunan nilai skor pada *posttest* menjadi 85 dengan kategori rendah. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan formulasi *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran adalah jika  $p > 0,05$  maka sebaran dikatakan normal. Jika  $p < 0,05$  maka sebaran dinyatakan tidak normal. Hasil uji normalitas menunjukkan sebaran data *pretest* dengan  $p$  sebesar 0,753 ( $p > 0,05$ ) yang berarti sebaran normal dan *posttest* dengan  $p$  sebesar 1,00 ( $p > 0,05$ ) yang berarti sebaran normal.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai  $z$  adalah -2,527 dengan nilai signifikansi 0,012 ( $p < 0,05$ ) yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada tingkat perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion* pada mahasiswa antara sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dengan yang telah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Hasil analisis menggunakan SPSS 23.0 for windows dengan uji  $z$  menunjukkan hipotesis yang mengatakan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion*

padamahasiswa BK dinyatakan diterima. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji hipotesis yang mengatakan bahwa ada perbedaan nilai *posttest* yang signifikan pada level 0,05 antara kelompok yang belum diberikan *treatmen* dan yang sudah diberikan *treatmen* dengan  $p=0,012$  ( $p<0,005$ ).

Perilaku konsumtif seringkali dilakukan secara berlebihan sebagai usaha seseorang untuk memperoleh kesenangan atau kebahagiaan meskipun sebenarnya kebahagiaan yang diperoleh bersifat semu. Perilaku tersebut menggambarkan sesuatu yang tidak rasional dan berifat impulsif sehingga secara ekonomis menimbulkan pemborosan dan inefisiensi biaya, sedangkan secara psikologis menimbulkan kecemasan dan rasa tidak aman (Tambunan 2001:1). Sesuai dengan keadaan klien, kecemasan-kecemasan seperti takut dianggap kuno, takut dianggap tidak mengikuti tren yang berlangsung, takut dianggap memiliki kelas sosial rendah ini yang perlu dikurangi dengan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Menurut Prayitno (2004:1) layanan konseling kelompok berguna bagi pengembangan, pribadi dan pengentasan masalah individu. Oleh sebab itu untuk mengurangi perilaku konsumtif terhadap produk *fashion* maka dapat dilakukan melalui teknik kontrak perilaku. Bagi mahasiswa BK UNIB yang menjadi sampel dalam penelitian ini, pada umumnya tidak mengalami kesulitan dalam mengikuti layanan konseling kelompok. Hal ini terlihat saat pelaksanaan eksperimen dimana sebagian besar mahasiswa menunjukkan adanya perubahan cara pandang tentang pola hidup yang lebih ekonomis.

Pertemuan pertama hingga pertemuan keenam membahas kendala-kendala yang dialami 8 orangmahasiswa yang menunjukkan hal yang menjadi penyebab mahasiswa memiliki perilaku konsumtif yang tinggi. Adapun perilaku konsumtif menurut Anggasari (dalam Hotpascaman 2010:3) adalah tindakan membeli barang yang kurang atau tidak diperhitungkan sehingga sifatnya berlebihan. Ada beberapa diantara mereka yang memiliki perilaku konsumtif karena ingin dipandang memiliki status sosial yang tinggi, ada pula mahasiswa yang memiliki perilaku konsumtif pada produk *fashion* karena ingin dianggap mengikuti tren yang sedang berkembang.

Dari hasil eksperimen yang dilakukan, menunjukkan adanya perubahan perilaku yang lebih baik dialami oleh setiap mahasiswa, hal tersebut terlihat pada setiap pelaksanaan kegiatan pelaksanaan layanan konseling kelompok. Selain itu dapat juga dilihat bahwa setiap

mahasiswa yang mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku memiliki penurunan rata-rata skor.

Menurut Gadza, dkk (Smith, 2011:26) konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi seperti berorientasi pada kenyataan, saling mempercayai, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Mahasiswa ini akan diajak untuk saling berinteraksi satu sama lain, saling mempercayai, saling memahami keadaan setiap anggota kelompok, saling ikut merasakan apa yang anggota kelompok rasakan dan saling memberikan dukungan serta dorongan agar dapat lebih bersemangat dalam melakukan perubahan perilaku yang lebih baik kedepannya.

Setiap anggota dalam kelompok menunjukkan perubahan perilaku yang lebih baik lagi pada setiap pertemuannya. Pada awalnya terdapat beberapamahasiswa belum aktif sudah mulai aktif dan mengemukakan pendapatnya. Selain itu mahasiswa sudah dapat memecahkan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok. Untuk lebih menghayati perubahan perilaku diberikan teknik kontrak perilaku agar mahasiswa dapat konsisten dengan perjanjian untuk perubahan perilaku konsumtif menjadi pola hidup hemat.

Keberhasilan meminimalan perilaku konsumtif tidak terlepas dari peran para anggota kelompok itu sendiri dimana anggota kelompok saling memotivasi dan mau melibatkan diri pada kondisi kelompok sehingga manfaat mengikuti layanan konseling kelompok pun dapat dirasakan. Menurut Prayitno (2004:4), melalui layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu (1) berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi atau komunikasi, (2) terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu layanan konseling kelompok”. Setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku maka perilaku konsumtif mahasiswa tersebut, yang ditandai dengan menurunnya frekuensi berbelanja berlebihan sesuai dengan pengertian perilaku konsumtif yaitu kegiatan belanja yang berlebihan tanpa mempertimbangkan antara kebutuhan dan keinginan.

Dari 8 orang mahasiswa tersebut terdapat 2 orang mahasiswa yang dikategorikan sedang, dan 6 orang mahasiswa yang dikategorikan rendah. Dengan adanya penurunan pada kategori skor tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik

kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion* pada mahasiswa BK UNIB.

### **Kesimpulan**

Hasil *pretest* mahasiswa sebelum menerima perlakuan memiliki kategori skor rata-rata, yaitu 127,5 yang masuk dalam kategori tinggi. Sedangkan setelah diberikan perlakuan atau *treatment* kategori skor rata-rata, yaitu 85 yang masuk dalam kategori rendah. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dapat mengurangi tingkat perilaku konsumtif mahasiswa BK UNIB dalam membeli produk *fashion*, dikarenakan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $0,012 < 0,05$ ).

Penelitian ini memiliki beberapa kelemahan sehingga peneliti memberikan saran kepadamahasiswa agar dapat menerapkan gaya hidup hemat dan jauh dari kata konsumtif. Maka dari itu diharapkan kampus dapat menyediakan unit pelayanan konseling untuk membantu mahasiswa dalam mengentaskan permasalahan mahasiswa yang konsumtif melalui teknik kontrak perilaku. Dan untuk masyarakat dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan dalam memberikan informasi dan pemahaman tentang perilaku konsumtif dalam membeli produk *fashion* kepada mahasiswa yang tidak mendapat layanan konseling kelompok. Bagi peneliti selanjutnya, yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut disarankan meneliti tentang layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

### **Daftar Pustaka**

- Amti, E.& Prayitno. 2013. *Dasar – Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hidayah, R. 2015. Perilaku Konsumtif dalam Membeli Produk Fashion pada Mahasiswa Putri di Surakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi : Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hotpascaman, S. 2010. Hubungan antara Perilaku Konsumtif dengan Konformitas pada Remaja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi : Universitas Sumatera Utara.
- Hurlock, E. B. 2000. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Ningrum, U. Y. 2011. Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Pakaian Distro Ditinjau Dari Konformitas Pada Siswi SMK Abdi Negara Muntilan. *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
- Prayitno. (2004). *Seri Layanan Konseling: L1-L9*. Padang: Universitas Negeri.
- Sarlito, S. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.



- Smith, M. B. (2011). Pengaruh Layanan Konselling Kelompok terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara. *Jurnal Penelitian dan Pendidikan*, Vol. 8, No. 1: 22-32.
- Tambunan, R. 2001. Remaja dan Perilaku Konsumtif. *Jurnal Psikologi dan Masyarakat*. <http://www.e-psikologi.com/Remaja/191101.htm>.
- Zuriah, N. (2009). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.